



主催

新日本スポーツ連盟
月例湘南マラソン運営委員会
<http://syonan-run.jimdofree.com/>
毎月第一日曜日開催
郵便振替00250-9-89070

連絡先 新日本スポーツ連盟湘南地区連盟 〒251-0015 藤沢市川名1丁目3-15

緊急連絡先: 橘 俊也 070-3163-8401 (平日) 新日本スポーツ連盟神奈川県連盟: 045-534-5553

1 km~10km を走れます!

533回(11月6日)の
種目とスタート時間

RACE	START TIME
ファミリー(1km)	8:30
1 km	8:45
3 km	9:00
5 km	9:20
10 km	10:00

種目やスタート時間は変更または中止になることがあります

★一斉スタートではなく、一人ずつ間隔を空けてスタートし、ネットタイム集計をして発表します。
1000円(初参加1500円)で、複数種目への出場もOKです。

連続賞ランナー紹介



27030
27028
10回連続

川村龍平さん
野田裕人さん

月例湘南マラソンのInstagram

https:

www.instagram.com/getsurei_shonan



ボランティアスタッフ募集

月例湘南マラソンでは、随時、ボランティアスタッフを募集しています。
ご興味ある方、ご不明点のある方は、お気軽にお近くのスタッフまでおたずねください。
メール、Instagramからも受付をしています。(交通費・軽食支給)

砂かき募集!!

月例マラソンの前日、有志メンバーによりコース上の砂かきを行っています。詳しくは、月例湘南HP、インスタ、FBにて

12月・1月は第2週に開催!



594
20回連続

太田 清さん



26837
20回連続

田川桃子さん

今月の表彰

連続10回賞(6名) ゼッケン入りランニングシャツ

26194	有賀 胡桃	26195	有賀 駿介
26196	有賀 真珠	27106	世川 佳代
27111	下村 裕真	27119	奥田 美佳

連続20回賞(1名) 月例湘南記念マラソンタオル

26912	藤城淳一郎
-------	-------

連続30回賞(1名) 参加1回無料券

26644	田畑 哲夫
-------	-------

冬か秋ごろには「10キロ走りた
い」と綾斗さん。走り始
めた小学4年のころは1
キロだったけれど、今は
5キロ走れるから「大丈
夫だよ」と裕二さんから
お墨付き。
裕二さんは、治療して
いた膝の調子がだいぶ復
活してきたので、今回3
回目だから「10回連続」
を目指すそうです。無理
せず、でも頑張って自己
目標に向かって走ってい
てくださいね。

ランナーズインタビュー

片桐綾斗さん
(No. 26274 中学2年)

片桐裕二さん
(No. 26275)

5キロをいい感じで
ゴールしてきた綾斗さ
んは、今回、久しぶり
の5キロだったけど、
最後まで結構走れたと
のこと。部活は野球部。
裕二さんはいつもゆっ
くりと5キロを走るそ
うです。

最初から綾斗さんの方が速かつ
たので対抗心はまったくないとの
ことで、二人の笑顔が周りの空気
をほんわかさせてくれるのを感じ

坂が少なく平坦だから。」と綾斗
さん。「アップダウンがなくてまっ
平だから膝への負担があまりなく
ていい」と裕二さん。砂はあまり
気にせず、砂のなるべくないところ
を走るようにしているそうです。
今後の目標は？



**チイゼメ・リチャー
ド怜さん**
(No. 27333 小学1年)

井澤萌さん
(No. 27334)

走り終わったあとリチャードさ
んが海で遊び、水道の水で砂を落
としてさっぱりしたところでイン
タビュー。

初参加とのこと。走った感想は
「楽しかったです！」と萌さん。
リチャードさんはまあまあ楽しかつ
たそうですが、その中身は「トン
ネル」とのこと。萌さんは、順位
をつけなくてよかったとの

第531回参加者数

受付数	380名
ファミリー(1km)	59名
1km	210名
3km	206名
5km	188名
3km(2回目)	120名
延べ完走者数	783名
総合(12%) 57名	



531回総合(12km)上位10位

531回(9月4日)に実施した1kmから5km(3%を2回実施)を合計すると12kmになります。4部門に出場したランナーの総合タイム(上位10名)を掲載します。

順位	No.	氏名	タイム	順位	No.	氏名	タイム
1	18891	高橋 豊	46:17	6	26665	東平 和城	51:26
2	19277	影山 泰人	47:27	7	18734	吉田 浩二	51:43
3	25923	溝口 靖	47:51	8	27027	藤田 祐樹	52:11
4	26991	中津 志保	50:14	9	14440	加瀬沢好美	52:16
5	26250	小澤 直哉	50:37	10	21037	高橋 真人	52:35

月例マラソン支援募金

10月は15,292円が集まりました。
ご協力ありがとうございました。

**次回は12月1日
1月は8日実施**

ことです。
今度学校で運動会があり、かけつ
こで頑張るそうです。
お二人は2年ぐらい前から一緒
に走る約束をしていたそうです。
並んで走るといのは慣れが必要
だよねと、二人で確認しあってい
ました。
リチャードさん、今日は途中で
疲れて止まっちゃったそうですが、
一緒に並んで最後まで走ってゴー
ルするのが夢、とのこと。いつか
リチャードさんに抜かされる日を
待ちつつ、自分の間、二人並んで
仲良くゴールするランを楽しんで
いてくださいね。